Edisi 06, Desember 2014
Terbit Setiap Satu Pekan

Hal Ihwal Turunnya Al-Quran

Al-Quran dipersiapkan sebagai kitab suci yang terakhir. Maka kandungannya harus sempurna dan berlaku sampai akhir zaman. Al-Quran diturunkan melalui sebuah perencanaan yang sangat teliti.

Pertama, penyampainya harus istimewa, tidak memiliki cacat dalam pandangan masyarakat. Rasulullah saw. adalah pribadi yang selama hidupnya dikenal sebagai orang terbaik di kaumnya, berakhlak mulia, sehingga ia digelari Al-Amin; yang tepercaya.

Kedua, ditentukan pula lokasi turunnya, yaitu di tanah Arab. Maka masyarakat Arab harus siap memperoleh kehormatan ini.

Ketiga, wahyu yang disampaikan sangat penting sehingga bahasa yang digunakan harus mampu membawakan pesan dengan baik. Jika tidak, petunjuk yang disampaikan bisa disalahartikan. Demikianlah, bahasa Arab dipersiapkan agar dapat mewadahi wahyu yang agung.

Keempat, masyarakat tempat Al-Quran diturunkan memiliki kelebihan dalam hapalan. Pada masa Rasulullah, ada banyak penghapal Al-Quran. Keahlian mereka dalam menghapal Al-Quran seperti kita ditanya berapa 3+3? Dengan cepat kita menjawab 6. Kemampuan ini sangat penting, khususnya pada masa awal turunnya Al-Quran.

Kelima, Allah Ta'ala telah menakdirkan Nabi Muhammad saw. sebagai orang Arab sehingga beliau mampu menguraikan setiap ayat, menjelaskan maksudnya, dan memberikan arahan kepada mereka yang belum memahaminya.

Allah Ta'ala berfirman, "Kami tidak mengutus seorang rasul pun, melainkan dengan bahasa kaumnya, agar dia dapat memberi penjelasan dengan terang kepada mereka. Maka Allah menyesatkan siapa yang Dia kehendaki, dan memberi petunjuk kepada siapa yang Dia kehendaki." (QS Ibrahim, 14:4)

Mungkin timbul pertanyaan, Al-Quran diturunkan untuk sekalian umat, tetapi bahasa yang digunakan adalah bahasa Arab. Lalu, bagaimana orang yang selain Arab bisa mengambil petunjuk serta pelajaran darinya?

Jawabnya mudah saja. Bahasa Arab hanyalah "modal awal" saja. Dalam kenyataannya, Allah membuat semua bahasa selalu berkembang, lambat laun, sesuai dengan kebutuhannya, bahasa-bahasa tersebut berkembang dan dapat menampung makna ayat-ayat Al-Quran. Lewat tangan-tangan manusia terpilih, Al-Quran diterjemahkan ke dalam berbagai bahasa sehingga semua manusia dapat membaca dan memahami kandungannya, sesuai dengan maksudnya yang semula.

Allah Azza wa Jalla berfirman, "Maka sesungguhnya telah Kami mudahkan Al-Quran itu dengan bahasamu, agar kamu dapat memberi kabar gembira dengan Al-Quran itu kepada orang-orang yang bertakwa, dan agar kamu memberi peringatan dengannya kepada kaum yang membangkang." (QS Maryam, 9:97).

Demikianlah, Zat Yang Mahakuasa merancang Al-Quran sedemikian rupa sehingga setiap manusia mampu memahami dan memperoleh kebaikan. Pertanyaannya sekarang, apakah kita termasuk orang yang istiqamah membaca dan memahami isinya? ***

Buletin ini diterbitkan oleh:

YAYASAN TASDIQUL QUR'AN

Perumahan Sarimukti, Jl. H. Mukti, No. 19,
Cibaligo, Cihanjuang,
Bandung, Jawa Barat.

Ninih Muthmainnah

Konsultasi Keluarga Qur'ani

CALON SUAMI BELUM MAU SHALAT

Assalamua'laikum wr. wb.

Teteh, saya seorang akhwat berusia 21 tahun. Tahun ini saya berencana menikah dengan seorang ikhwan berusia 35 tahun. Dia sangat baik dan bertangung jawab, sayangnya dia belum shalat lima waktu (shalatnya masih bolong-bolong). Apa yang harus saya lakukan, Teh? Layakkah dia menjadi suami saya, Teh?

Cici di Bandung.

Jawab:

Wa'alaikumsalam wr.wb.

Bukan suatu kebetulan kalau Teh Cici dipertemukan dengan seorang laki-laki yang penyayang dan bertangung jawab. Semuanya takdir Allah. Teh Cici tentu akan merasa bahagia jika bisa menjadi istrinya, walaupun dia belum menjalankan shalat dengan istiqamah.

Teh Cici yang baik, Allah Maha Membolak-balikkan hati. Mudah bagi-Nya menuntun seseorang menjadi ahli shalat. Shalat adalah tiang agama, maka wajib melakukannya. Seorang Muslim meski berperilaku baik, tetap belum sempurna keimanannya apabila dia belum menunaikan shalat lima waktu yang menjadi kewajibannya.

Saran Teteh:

Pertama, lakukan shalat *istikharah* dua rakaat. Bertanyalah pada Allah, apakah perkenalan (*ta'aruf*) akan menjadi kebaikan kalau dilanjutkan?

Kedua, jadikan masa perkenalan menjadi masa untuk sama-sama belajar. Berikan buku-buku agama, ajaklah mendengarkan ilmu baik lewat TV, radio, atau menghadiri majelis ta'lim. Semoga semua itu bisa membuka hatinya.

Ketiga, lihatlah perkembangannya. Jadikan itu sebagai bahan pertimbangan; apakah akan dilajutkan atau tidak.

Teh Cici yang baik, lakukan semua dengan ikhlas hanya karena Allah, sehingga jadi atau tidaknya nikah, tidak membuat kecewa. Semoga ketulusannya menjadi jalan mendapatkan suami yang shalih. Ingat firman Allah Ta'ala, "Boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu baik bagimu; dan boleh jadi kamu menyukai sesuatu, padahal itu tidak baik bagimu. Allah mengetahui, sedang kamu tidak mengetahui." (QS Al-Baqarah, 2:216) ***

DOA PADA PAGI HARI

"Allaahumma innii as-aluka 'ilman-naafi'an wa rizqan thayyiban wa 'amalan mutaqabbalaa."

"Ya Allah, sesungguhnya aku mohon kepada-Mu ilmu yang berguna, rezeki yang baik dan amal yang diterima."

(HR Ibnu Majah)

"Apabila seorang hamba menjaga shalatnya, menyempurnakan wudhunya, rukuknya, sujudnya, dan bacaannya, maka shalat itu akan berkata, 'Semoga Allah menjagamu seperti engkau menjagaku', (lalu) dia naik dengannya ke langit dan cahayanya sampai kepada Allah dan shalat (pun) memberi syafaat kepadanya."

(HR Thabrani)

Konsultasi Kesehatan Keluarga

Dr. Tauhid Nur Azhar

BAGAIMANA MENGHADAPI SI KECIL YANG SUSAH MAKAN?

Pak Dokter, saya mau tanya nih, bagaimana caranya meningkatkan nafsu makan bagi anak balita? Kadang, untuk makan saja harus dipaksa. Terima kasih.

Wanda, Sukabumi

Jawab:

Anak susah makan bisa membuat orangtua menjadi serba susah. Pertama, susah memasukkan makanan ke mulut si kecil. Kedua, susah melihat makanan yang sudah masuk kembali dimuntahkan, dilepehkan, dan sejenisnya. Nah, yang ketiga, adalah munculnya kekhawatiran orangtua akan berkurangnya asupan gizi pada si kecil. Padahal, asupan gizi atau nutrisi yang mencukupi adalah modal dasar dalam proses tumbuh kembang, baik secara fisik maupun psikologis. Asupan gizi yang tidak mencukupi pun, apalagi terjadi dalam jangka panjang, dapat mengganggu proses pertumbuhan otak dan kecerdasan anak.

Mengapa si kecil susah makan? Hal pertama yang harus diidentifikasi adalah penyebabnya. Anak tidak mau makan pasti ada sebabnya. Setidaknya ada tiga faktor yang biasanya membuat anak tidak mau makan, yaitu: yaitu faktor organik, faktor nutrisi, dan faktor psikologik.

Faktor organik berhubungan dengan kondisi fisik anak, antara lain kelainan bawaan, infeksi; misalnya infeksi semisal rongga mulut, saluran cerna, dan organ tubuh lain. Intinya, anak yang memiliki masalah di tubuhnya akan sulit makan. Kekurangan sejumlah nutrisi pun, semisal zinc, dapat mempengaruhi nafsu makan.

Faktor psikologik sering berhubungan dengan perlakuan yang ia dapatkan dari orang yang mengasuhnya, misalnya anak dipaksa makan, sikap ibu yang terlalu obsesif atau overprotektif, dan peraturan makan yang terlalu ketat. Kondisi ini menjadikan "ritual makan" sebagai peristiwa tidak menyenangkan. Sejumlah faktor luar pun, semisal panas, gerah, makanan yang tidak variatif dapat mempengaruhi mood anak untuk makan.

Berdasarkan penyebab tersebut, orangtua harus bisa menyimpulkan apa yang menyebabkan si kecil *ogah* makan. Apabila penyebabnya sudah ditemukan, orangtua dapat mengusahakan solusi paling tepat untuk mengatasinya. Ketika "penyebabnya" sudah berhasil diatasi, anak pun akan lebih mudah untuk makan.

Pada kenyataannya, faktor psikologis adalah yang paling sering membuat anak tidak mau makan. Karena terlalu bersemangat, orangtua sering kali memaksa anak untuk makan, termasuk menciptakan kondisi yang terlalu formal dan serius sehingga aktivitas makan menjadi beban bagi anak. Padahal, bagi seorang anak, bermain adalah segalanya.

TIPS MENINGKATKAN ASUPAN MAKANAN BAGI ANAK

- Variasikan menu: perubahan rasa perlu dilakukan agar anak tidak cepat bosan.
- Sajikan menarik hingga anak tergerak untuk mencobanya.
- Berikan makanan padat gizi dan berenergi tinggi. Jadi, meski porsi kecil, anak sudah terpenuhi nutrisinya.
- Biasakan makan teratur dan berikan makanan pada saat si kecil lapar.
- Jangan membiasakan ngemil karena akan mengganggu timbulnya rasa lapar
- Berikan suplemen vitamin dan mineral yang proporsional.
- Ciptakan suasana makan yang menyenangkan.

Cahaya Al-Quran

BELAJAR SABAR DARI NABI YUSUF

Dari dua puluh lima nabi yang wajib diketahui, ada enam nabi yang diabadikan menjadi nama surat Al-Quran. Mereka adalah Nabi Yunus (QS 10), Nabi Hud (QS 11), Nabi Yusuf (QS 12), Nabi Ibrahim (QS 14), Nabi Muhammad (QS 47) dan Nabi Nuh (QS 71).

Di antara keenam nabi tersebut, juga dari seluruh nabi, hanya Nabi Yusuf yang kisahnya dibahas paling lengkap. Tidak seperti kisah-kisah nabi lain yang tersebar di banyak surat, kisah Yusuf khusus disimpan di dalam satu surat. Hal yang menarik, Allah Swt. menyebut kisah Yusuf sebagai *ayat li al-saailiin* atau "tanda-tanda bagi para pencari kebenaran". Al-Quran menyebutkan, "Sesungguhnya ada tanda-tanda kekuasaan Allah pada (kisah) Yusuf dan saudara-saudaranya bagi orang-orang yang bertanya." (QS Yusuf, 12:7)

Tanda-tanda seperti apa yang terkandung dalam kisah Yusuf ini? Kesabaran. Inilah tanda yang sangat mendominasi kisah Nabi Yusuf. Demikian pentingnya arti kesabaran sehingga kisah Nabi Yusuf ini mendapatkan porsi yang cukup banyak dalam Al-Quran.

Urgensi Kesabaran

Secara etimologi, sabar (*ash-shabr*) berarti menahan (*al-habs*). Dari sini sabar dimaknai sebagai upaya menahan diri dalam melakukan sesuatu atau meninggalkan sesuatu untuk mencapai ridha Allah. Lebih dari seratus kali Al-Quran menyebutkan kata sabar. Sangat wajar memang. Sabar adalah poros sekaligus asas semua akhlak mulia.

Menurut Abdul Aziz Al-Khudhairi, saat menelusuri kebaikan serta keutamaan, kita akan menemukan kesabaran sebagai landasannya. *'Iffah* (menjaga kesucian diri) misalnya, adalah bentuk kesabaran dalam menahan diri dari memperturutkan *syahwat*. Syukur adalah bentuk kesabaran untuk tidak mengingkari nikmat Allah. *Qana'ah* (merasa cukup dengan apa yang ada) adalah sabar dengan menahan diri dari angan-angan dan keserakahan. *Hilm* (lemah-lembut) adalah kesabaran dalam mengendalikan amarah. Pemaaf adalah sabar untuk tidak membalas kesalahan orang lain. Karakter pengukuh agama semuanya bersumbu pada kesabaran, hanya nama dan jenisnya saja yang berbeda.

Dari sini terlihat bahwa sabar itu cakupannya sangat luas. Pantas apabila sabar disebut setengah keimanan. Ada tiga tingkatan sabar. *Pertama*, sabar dalam menghadapi hal yang tidak mengenakkan. *Kedua*, sabar dalam meninggalkan perbuatan maksiat. *Ketiga*, sabar dalam menjalankan ketaatan.

Sabar menghadapi musibah adalah tingkatan terendah. Di atasnya ada sabar menjauhi maksiat dan sabar berlaku taat. Mengapa demikian? Sabar menghadapi musibah disebut kesabaran *idhthirari* (tidak bisa dihindari). Pada saat ditimpa musibah, kita tidak memiliki pilihan lain selain menerimanya dengan sabar. Andai tidak sabar pun, musibah tetap terjadi. Lain halnya dengan sabar menjauhi maksiat dan sabar dalam taat, keduanya bersifat *ikhtiari* (bisa dihindari). Dengan kata lain, manusia dihadapkan pada pilihan, bisa melakukan bisa pula tidak.

Nabi Yusuf adalah sosok yang berhasil melewati tiga tingkat ini dengan sempurna. Dalam QS Yusuf, Allah Swt. mengabadikan kesabaran beliau dalam menghadapi cobaan. Mulai dari ujian kesusahan, bujuk rayu wanita cantik, sampai godaan kekuasaan. ***